

# Tabak, Alkohol und Cannabis: Konsumverhalten der Schweizer Bevölkerung im Jahr 2014 bleibt stabil

**G**emäss Suchtmonitoring ist der Konsum von psychoaktiven Substanzen in der Schweiz weitgehend stabil geblieben. Jede vierte Person in der Schweiz raucht, gut jede fünfte Person trinkt zu viel oder zu oft Alkohol und 3% der Bevölkerung haben im letzten Monat Cannabis konsumiert. Dies entspricht ungefähr den Resultaten der Vorjahre.

Jugendliche und junge Erwachsene zeigen den risikoreichsten Konsum und stehen damit im Fokus der Präventionsbemühungen.

Das Suchtmonitoring Schweiz liefert seit 2011 jährlich Zahlen zum Konsum von psychoaktiven Substanzen. Jeweils 11 000 Personen werden dazu telefonisch befragt. Die erhobenen Daten bilden eine der Grundlagen für die beiden neuen, im Auftrag der bundesrätlichen Agenda Gesundheit 2020 erarbeiteten nationalen Strategien Sucht und Prävention nichtübertragbarer Krankheiten. Die Daten dienen dazu, entsprechende Massnahmen zu konzipieren und zu überprüfen. Hierzu zählen beispielsweise spezielle Plattformen um den Wissenstransfer unter den Akteuren zu optimieren oder gezielte Sensibilisierungsmassnahmen für Risikogruppen.

## Tabakkonsum

Der Anteil der Rauchenden ist seit 2011 ungefähr stabil geblieben. Ein Viertel der Schweizer Bevölkerung raucht (24.9%). Bei den Männern geht der tägliche Konsum leicht zurück, dafür nimmt der Gelegenheitskonsum zu. Ein Drittel der nicht erwerbstätigen Personen raucht täglich (33.6%).

Bei der jüngsten befragten Bevölkerungsgruppe (15 bis 19 Jahre) geben 26.6% an, zu den Rauchenden zu gehören. Junge Männer (27.7%) rauchen häufiger als junge Frauen (25.4%).

Eine Person, die täglich raucht, konsumiert im Durchschnitt 13.5 Zigaretten pro Tag. Das Krebsrisiko steigt mit der Anzahl Zigaretten, aber auch geringer täglicher Konsum erhöht das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Atemwegserkrankungen und für einen frühzeitigen Tod. Im Durchschnitt verlieren Rauchende 14 Jahre ihres Lebens.

Wer vor dem 15. Altersjahr an-

fängt, täglich zu rauchen, ist in der Folge in stärkerem Ausmass vom Tabak abhängig als wer nach dem 15. Altersjahr mit dem Rauchen beginnt.

## E-Zigaretten

Der Konsum elektronischer Zigaretten nimmt in der Schweiz zu. In 2014/2015 haben 14% der Bevölkerung mindestens schon einmal eine E-Zigarette probiert, im Jahr 2013 waren es erst 6.7%. Der regelmässige Konsum (mindestens einmal pro Woche) ist mit 0.7% der Bevölkerung niedrig, allerdings nimmt er zu.

## Alkoholkonsum

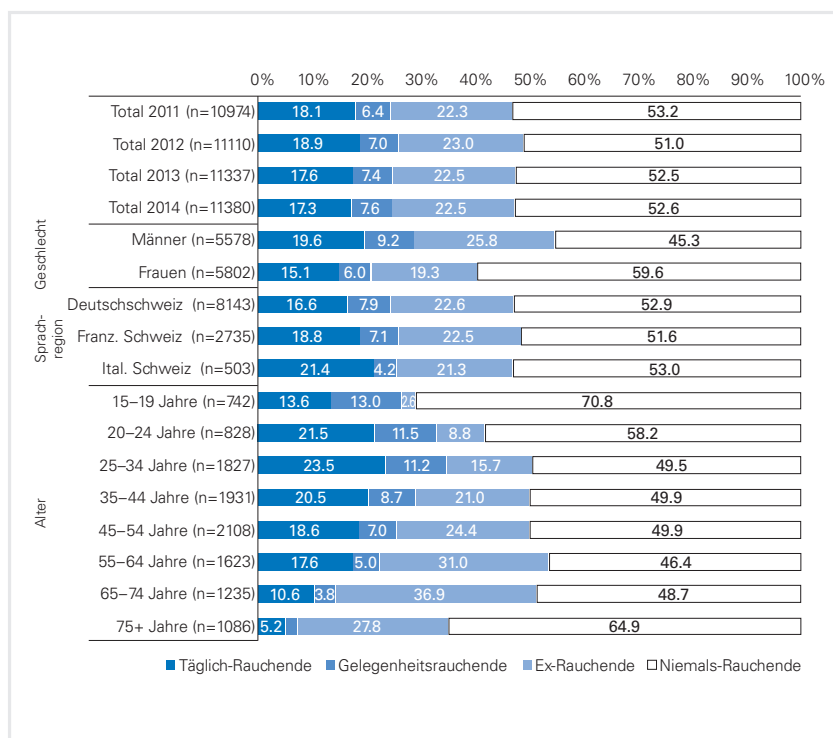
Die grosse Mehrheit der Schweizer Bevölkerung pflegt einen risikoarmen Umgang mit Alkohol. Gut jede fünfte Person (23%) trinkt jedoch zu viel oder zu oft und schädigt so potentiell ihre Gesundheit.

Zu viel Alkohol kann den Körper schädigen, namentlich die Leber und die Verdauungsorgane können beeinträchtigt werden. Auch wenn eine unmittelbare Beeinträchtigung eventuell nicht wahrgenommen wird, gibt es Folgeschäden: Der Konsum von vier (Frauen) resp. fünf (Männer) alkoholischen Getränken innerhalb mehrerer Stunden erhöht das Risiko für Unfälle, Verletzungen und Gewalt.

In diese Kategorie fallen 2014 22% der Befragten. Ein leichter Anstieg ist vor allem bei jungen Menschen (15–19 Jahren), bei älteren Menschen (64–75 Jahren) und generell bei Frauen zu beobachten.

Bei Frauen, die täglich mehr als zwei Gläser und bei Männern, die täglich mehr als vier Gläser Alkohol trinken, spricht man von chronisch risikoreichem Konsum. 2014 gaben 4.2% der Befragten dieses

Abbildung 1  
**Rauchstatus (2014) – Total (2011, 2012, 2013 und 2014) und nach Geschlecht, Sprachregion und Alter**



Konsummuster an. Diese Zahl ist seit 2011 stabil geblieben. Menschen zwischen 65 und 74 Jahren trinken am häufigsten chronisch risikoreich (8.1%). Das Risiko für alkoholbedingte Krankheiten wie Krebs oder Leberzirrhose steigt mit zunehmender Menge.

### Cannabiskonsum

Der Anteil Personen, die im Monat vor der Befragung Cannabis konsumiert haben, ist zwischen 2011 und 2014 mit rund 3% stabil geblieben. Ein Fünftel dieser Konsumgruppe konsumiert intensiv, d.h. an 20 und mehr Tagen pro Monat. Männer konsumieren in allen Altersgruppen gut doppelt so häufig wie Frauen. 15- bis 24-Jährigen konsumieren mehr als der Durchschnitt: 21% haben zumindest einmal in den letzten 12 Monaten Cannabis konsumiert.

Cannabis beeinflusst die Konzentrationsfähigkeit und kann zu Denkstörungen und vermindertem Antrieb führen. Je nach persönlicher Situation und Prädisposition der konsumierenden Person besteht die Gefahr, dass bei länger fortgesetztem erhöhtem Cannabiskonsum Depressionen, Angsterkrankungen und Persönlichkeitsstörungen auftreten können. Die körperlichen Risiken sind vergleichsweise gering, Auswirkungen sind in erster Linie auf die Lunge feststellbar.

### Handlungsbedarf bei jungen Menschen

Die Zahlen zeigen, dass junge Menschen mit allen Substanzen am risikoreichsten umgehen. Sie sind eine besonders sensible Gruppe, denn ihr Körper und ihr Gehirn befinden sich noch in Entwicklung und psychoaktive Substanzen können deshalb grösseren Schaden anrichten. Zudem ist bekannt: Wer jung mit einem risikoreichen Konsum beginnt, läuft eher Gefahr, später eine Abhängigkeit zu entwickeln.

Dieser jüngsten im Rahmen des Suchtmonitoring befragten Gruppe gilt also ein besonderes Augenmerk, wenn es um die Entwicklung und den Erhalt von bewährten präventiven Massnahmen geht. Es ist wichtig, früh zu erkennen, ob sich der für dieses Alter typische Ausprobierkonsum in eine problematische Richtung verschiebt, damit Jugendliche und junge Erwachsene von ihrem Umfeld und

Abbildung 2

### Kombinationen risikoreichen Alkoholkonsums in den letzten 12 Monaten (2014) – Total und nach Geschlecht, Sprachregion und Alter

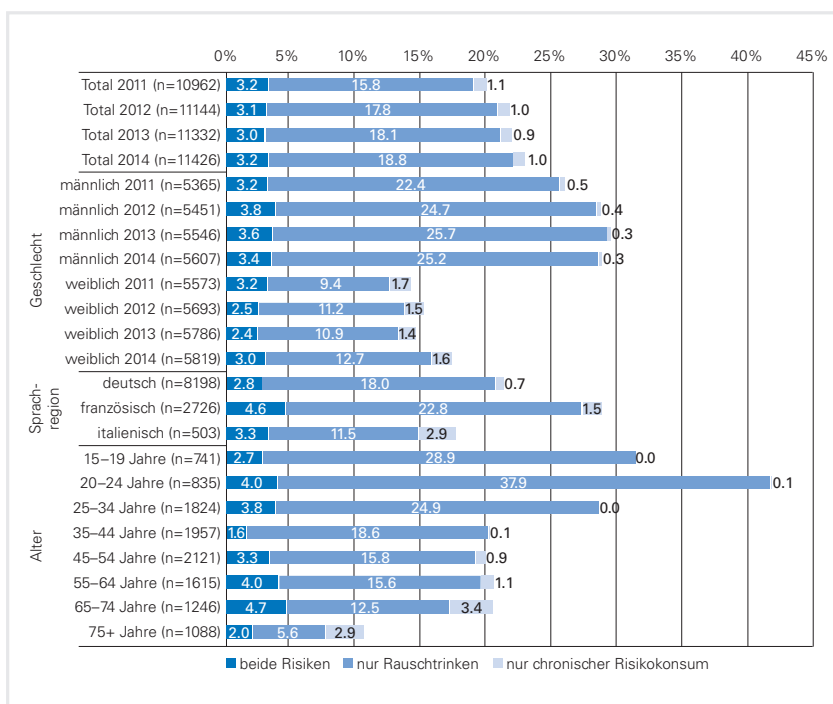
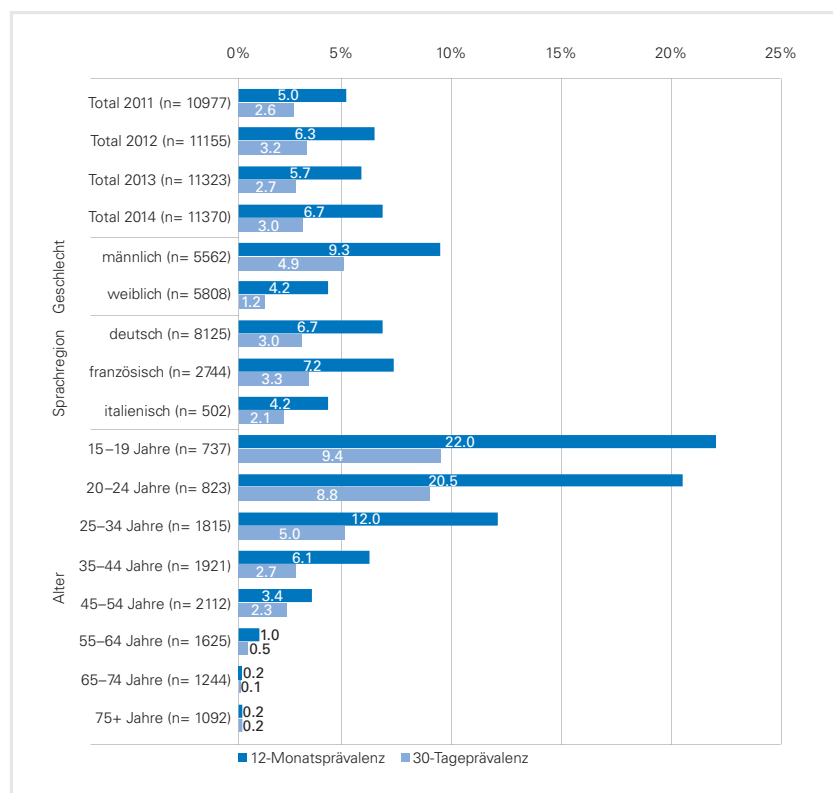


Abbildung 3

### 12-Monats- und 30-Tageprävalenz des Cannabiskonsums (2014) – Total und nach Geschlecht, Sprachregion und Alter



### Suchtmonitoring Schweiz

Die vorliegenden Ergebnisse basieren auf dem Suchtmonitoring Schweiz. Das Suchtmonitoring Schweiz ist ein vom Bundesamt für Gesundheit in Auftrag gegebenes Forschungsprojekt zum Konsum psychoaktiver Substanzen in der Schweiz. Es besteht aus einer fortlaufenden und systematischen Sammlung von vergleichbaren und repräsentativen Daten, die seit 2011 jährlich von einem Forschungskonsortium bei 11'000 Personen erhoben werden. Das Berichterstattungssystem beschreibt die Entwicklung, lässt Veränderungen erkennen und ermöglicht so eine zeitnahe Einschätzung der Suchtproblematik in der Schweiz. Neben Kerndaten zum Konsumverhalten werden in grösseren Abständen Zusatzinformationen unter anderem zu folgenden Themen erhoben: Alkohol und Gewalt, die sozialen Folgen der Abhängigkeit, Kaufverhalten, Gebrauch der E-Zigarette oder das Wissen der Bevölkerung über die gesundheitlichen Schäden des risikoreichen Konsums von Alkohol, Tabak oder Drogen. Das BAG hat Sucht Schweiz, das Institut für Sucht- und Gesundheitsforschung (ISGF), das Institut für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Lausanne (IUMSP) und das Institut für Begleit- und Sozialforschung Zürich (IBSF) mit der Durchführung dieses Projekts beauftragt. Vertiefende Informationen und alle Suchtmonitoring-Publikationen finden sich auf der Webseite [www.suchtmonitoring.ch](http://www.suchtmonitoring.ch).

Fachpersonen Unterstützung und Beratung erhalten. Zudem existieren Gesetze zum Jugendschutz, die präventiv wirken und deren Einhaltung sicherzustellen ist. ■

#### Kontakt

Eidgenössisches Departement des  
Innern EDI  
Bundesamt für Gesundheit BAG  
Direktionsbereich Öffentliche Gesundheit